

CHRONIQUE À CLAUDINE

La chronique à Claudine

Nous nous rappellerons de l'année 2020 comme étant l'année de la pandémie de la COVID-19. Quoique je fusse plus positive à la fin de l'année, j'avoue qu'avec les derniers développements, il faut bien se rendre à l'évidence: nous ne sommes pas encore libérés de Madame COVID. La venue du vaccin nous permet de penser que nous pourrions un jour reprendre nos activités, mais la question est quand?

Il n'est pas rare au début de l'année de se soucier davantage de ses excès alimentaires, surtout après les bons repas du temps des fêtes qui viennent de passer. Alors pourquoi ne pas commencer par prendre de bonnes habitudes en limitant sa consommation de gras, de sucre et de sel? Ça serait déjà mieux manger!

Tout commence lorsqu'on fait l'épicerie. Voici donc un conseil pour consommer moins de sel. Recherchez les produits qui sont identifiés comme n'ayant pas de sel ajouté ou qui sont réduits en sel.

Pour vous aider à éviter ou réduire le sel, voici un mélange de condiments pour les viandes, les volailles et même les poissons: 1/2 tasse d'ail en poudre, 2 c. à soupe d'oignon en poudre, 4 c. à thé de paprika, 2 c. à thé de moutarde sèche, 2 c. à thé de thym haché et 2 c. à thé de poivre noir. Réunissez tous les ingrédients dans un pot, fermez et agitez. Avant la cuisson, saupoudrez chaque côté de vos morceaux de viande ou de poisson avec 1/4 c. à thé de cette préparation.

CHRONIQUE À CLAUDINE

Ce mélange se garde jusqu'à six mois dans un endroit frais, sombre et sec ou au réfrigérateur.

Ce n'est vraiment pas sorcier à préparer et c'est une saine habitude qui devrait vous aider à moins saler.

Je profite de cette chronique pour vous souhaiter à tous une bonne année en santé. Soyons prudents et suivons les consignes de la santé publique afin d'en finir le plus vite possible avec cette pandémie.

Claudine Arseneau Roy

Avez-vous entendu parler du 211?

Alors que le Canada fait face à la seconde vague de COVID-19, nombreux sont ceux qui cherchent encore de l'aide et qui ne savent pas vers qui se tourner.

Qu'il s'agisse d'accès à de la nourriture, à un soutien en santé mentale ou à d'autres programmes et services d'intervention non urgente dans votre communauté, il suffit de composer le 2-1-1.

Le 211 est un centre d'appel gratuit et confidentiel et nos téléphones sont répondus 24 heures sur 24 en 170 langues. Les navigateurs 211 parleront de votre situation avec vous et vous aideront à trouver la solution qui vous convient.

Que vous soyez une personne âgée se sentant isolée ou craignant de ne pas avoir des produits de première nécessité, que vous ayez des doutes sur les programmes d'aide auxquels vous avez droit, ou que vous soyez un parent inquiet de la santé mentale de votre enfant, le 211 peut vous aider.



LE LOUP-MARIN

Le bulletin d'information du village de Pointe-Verte de février 2021
Volume 27, numéro 1

CHRONIQUE DU CONSEIL

Le conseil municipal de Pointe-Verte souhaite à tous ses citoyens une très belle et heureuse année. Si ce début d'année semble vouloir ressembler à 2020, nous pouvons encore renverser la situation. Restons vigilants! Limitons nos contacts à notre bulle, gardons nos distances, portons notre masque et lavons-nous les mains! Le conseil municipal et la direction remercient très sincèrement Sébastien Cormier pour ses nombreuses années au service du village de Pointe-Verte et lui souhaitent beaucoup de succès dans son nouvel emploi.

Nous vous rappelons que les prochaines élections municipales sont prévues au mois de mai 2021. Si le monde municipal vous intéresse et si vous envisagez siéger au conseil municipal, nous vous encourageons à visiter le site www.electionsnb.ca.

Un nouveau courtier immobilier s'occupe désormais de la vente du Parc Atlas. Si cette superbe occasion d'affaire vous intéresse, communiquez avec Mme Andrea Bouma (Royal LePage) au (506) 252-2067.

Plusieurs projets sont déjà prévus pour 2021. En effet, une révision globale du plan rural est planifiée. Un système d'alerte automatisé pour les égouts sera installé dans chacune des stations de pompage. Certaines sorties à la mer seront refaites et des travaux d'élagage sont programmés dans plusieurs rues du village.

Le conseil prévoit de faire faire l'inspection des trous
(TSVP)

INFORMATION

Chronique du conseil (suite)

d'hommes (ouvertures pour accéder aux canalisations et égouts) et l'évaluation des accotements et des fossés.

Pour terminer, nous souhaitons rappeler que le conseil municipal a mis en place plusieurs mesures incitatives afin d'inciter les gens à venir s'installer à Pointe-Verte. Pour plus d'information, veuillez visiter notre site web www.pointe-verte.ca sous l'onglet « Politiques municipales ».

Stoppons la « marche au ralenti »

Une enquête canadienne sur les habitudes de conduite et le comportement indiquent que par les jours de grand froid, beaucoup d'automobilistes laissent tourner le moteur de leur véhicule environ 8 min par jour pour un total combiné de plus de 75 millions de minutes. Ce jour seul utilise plus de 2,2 millions de litres de carburant, produit plus de 5 millions de kg de gaz à effet de serre et correspond au total de carburant nécessaire pour conduire plus de 1100 véhicules pendant 1 an ou pour faire tourner un véhicule au ralenti pendant 144 ans!

Si tous les conducteurs évitaient la marche au ralenti inutile pendant 3 min/jour, nous économiserions plus de 630 millions \$ par an. De quoi faire réfléchir... <https://www.rncan.gc.ca/energie/efficacite/collectivites-infrastructures/transports/ralenti/4428>

LE CONSEIL MUNICIPAL DE POINTE-VERTE

Normand Doiron - maire

Brigitte Guitard - maire adjointe

Conseillers: Roger Guitard, Maxime Lejeune

INFORMATION

Jour de la Famille

Le bureau municipal sera fermé le lundi 15 février 2021 à l'occasion du jour de la Famille.

Les ZOOMERS en mouvement!

Devenez plus actif dans le confort de votre salon! Joignez le programme d'exercices **Zoomers en mouvement en ligne** C'est gratuit!

Bénéfices:

- Vous recevrez un bilan personnalisé de votre condition physique/santé,
- Vous participerez gratuitement à des sessions d'exercices dirigées par des pairs certifiés du même âge,
- Vous recevrez gratuitement l'équipement par la poste (ballon/élastique),
- Vous apprendrez à réduire votre risque de chute.

Vous êtes éligibles si:

- Vous avez 50 ans ou plus,
- Vous avez accès à internet,
- Vous êtes en mesure de faire des exercices avec une supervision minimale,
- Vous êtes disponible 12 semaines (2 séances / semaine),

Pour plus d'information ou pour vous inscrire, communiquez avec Vanessa par courriel à cellab@unb.ca ou par téléphone au (506)-458-7034.

NOTICE

If you need information, please do not hesitate to contact us at (506) 542-2606

INFORMATION

Prochain recensement en mai 2021

Depuis plus d'un siècle, la population canadienne s'appuie sur les données du recensement pour se renseigner sur l'évolution du pays et sur ce qui compte pour elle. Nous nous fions tous aux tendances socioéconomiques clés et à l'analyse des données du recensement pour prendre d'importantes décisions qui ont une incidence directe sur nos familles, nos quartiers et nos entreprises. En réponse à la pandémie de COVID-19, Statistique Canada s'est adapté afin de veiller à ce que le recensement de la population de 2021 soit mené partout au pays de la meilleure façon possible, au moyen d'une approche sécuritaire.

Ainsi, Statistique Canada embauchera environ 32 000 personnes partout au pays pour aider à la collecte des données du recensement.

Aidez votre collectivité à planifier l'avenir : postulez dès maintenant!

recensement.gc.ca/emplois

ATS: 1-833-830-3109

De plus, la municipalité encourage tous les résidents du village de Pointe-Verte à remplir leur questionnaire du recensement en ligne au www.recensement.gc.ca.

Des données du recensement exactes et complètes soutiennent des programmes et des services qui profitent à notre collectivité.

RÉDACTION

375, rue Principale, Pointe-Verte, N.-B. E8J 2S8

Tél. 506-542-2606 ou info@pointeverte.net / www.pointe-verte.ca
Équipe: Emilie Dilhac, Jeanne Lanteigne et Claudine Arseneau-Roy